RBR 530

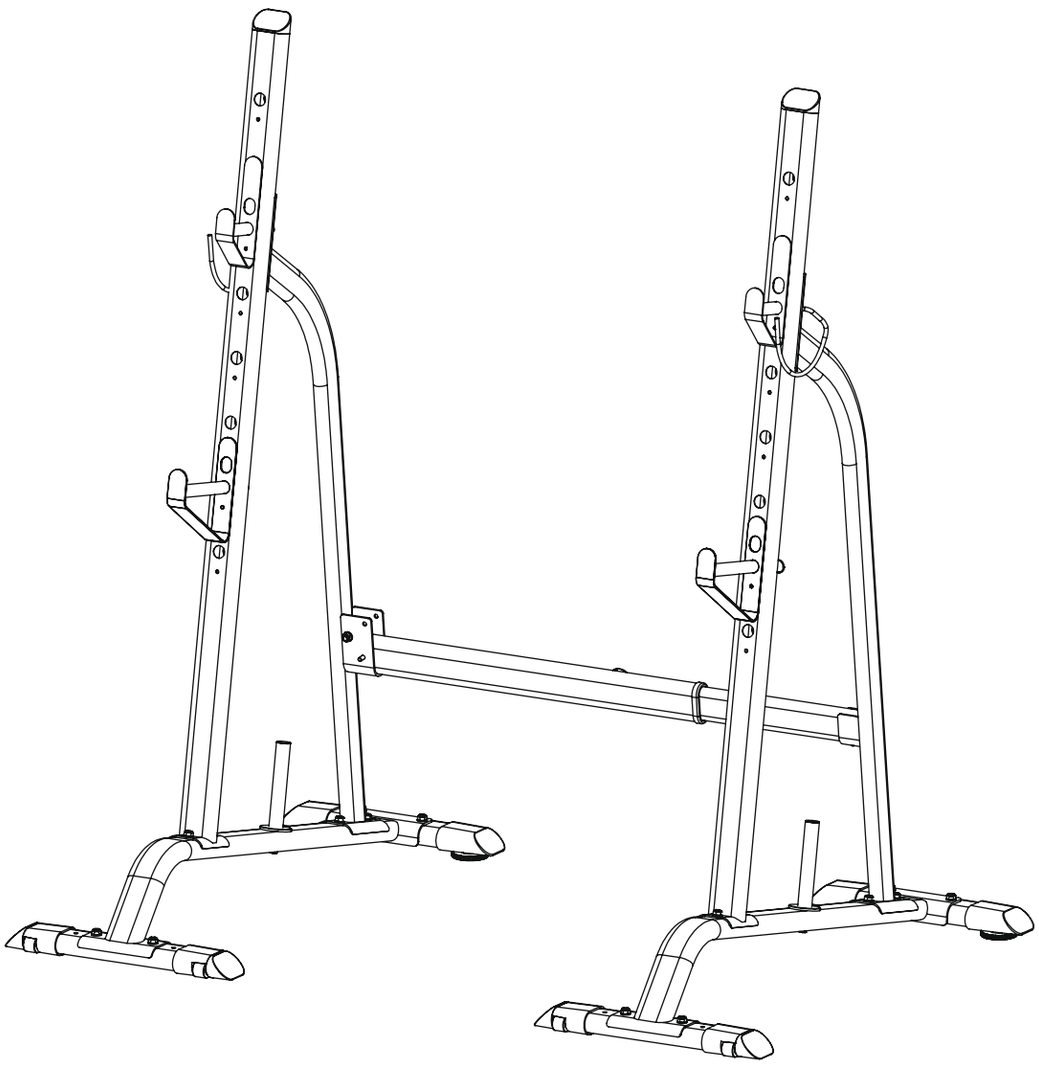
Original instructions to be kept
Notice originale à conserver
Conserve estas instrucciones originales
Originalanleitung für Ihre Unterlagen
Istruzioni originali da conservare
De oorspronkelijke handleiding dient bewaard te worden
Manual original a guardar
Instrukcja obsługi do zachowania na przyszłość
Tegye el az eredeti használati utasítást.
Сохраните оригинальную инструкцию
Informații originale care trebuie păstrate
Originál návod uchovať
Originální návod uschovejte
Originalbipacksedel att spara
Запазете оригиналното упътване
Muhafaza edilecek orijinal kullanım kılavuzu
Izvorne upute, sačuvajte za kasniju upotrebu
请保留说明书
請保留原始說明書
보관해야 할 사용설명서 원본
يرجى الاحتفاظ بهذه التعليمات

OXYLANE, 4 boulevard de Mons, BP 299
59 665 VILLENEUVE D'ASCQ CEDEX, FRANCE

IMPORTADO PARA BRASIL POR IGUASPORT Ltda - CNPJ : 02.314.041/0022-02
Импортер: ООО "Октоблу", 141031, Россия, Московская область, Мытищинский район, МКАД 84-й км., ТПЗ "Алтуфьево", владение 3, строение 3
上海莘威运动品有限公司, 上海市闵行区申北路2号 - 合格品 - 中国制造 - GB17498-2008 - EN957 - 举重架
台灣迪卡儂有限公司, 台灣台中市408南屯區大墩南路379號, 諮詢電話: (04) 2471-3612 - 舉重架
Made in China - Fabricado na China - Произведено в Китае - İmal edildiği yer Çin - 中國製造
314.926 V1

DOMYOS.COM

RBR 530



RBR 530
38 kg / 84 lbs
142 x 184 x 116 cm
56 x 73 x 46 cm

MAXI
250 kg
550 lbs

30 min

DOMYOS

1• Weight bench - Repose barres - Reposabarras - Stangenauflage - Porta bilancieri - Stangsteunen - Suporte para barras - Stojak pod sztangę - Súlyzótartó - Подставка для штанги - Suport bare haltere - Stojan na činky - Odkládací háky - Stångstöd - Поставка за лостове - Bar sehpası- Stalak za šipke - 举重架 - 舉重架 - 역기봉 거치대 - مسند للقضبان.

2• Folding mechanism - Mécanisme de pliage - Mecanismo de plegado - Klappmechanismus - Meccanismo di chiusura - Vouwmechanisme - Mecanismo de dobragem - Mechanizm składania - Összehajtó szerkezet - Складное приспособление - Mecanism - de pliere - Skladací mechanizmus - Skládací mechanismus - Hopfällningsmekanism - Механизъм за сгъване - Katlama mekanizması - Mehanizam za preklapanje - 折叠机制 - 折疊機制 - 접이부 - آلية الطي.

3• Anti-tipping hooks - Crochets anti-basculement - Ganchos antivuelco - Kipp-Sicherungshaken - Ganci anti-ribaltamento - Stabiliseringshaak - Ganchos anti-oscilação - Haki zapobiegające przechylaniu - Billenésgátló kampó - Фиксирующие приспособления - Cârlige anti-basculare - Háčiky proti prevráteniu - Svorky bránící překlopení - Säkerhetskrokar som ger tippskydd - Куки против местене - Devrilmeyi engelleyici çengeller - Potpore za sprečavanje prevrtanja - 防摇晃挂钩 - 防摇晃挂鈎 - 안전걸이 عقاف مضاد للتجميع

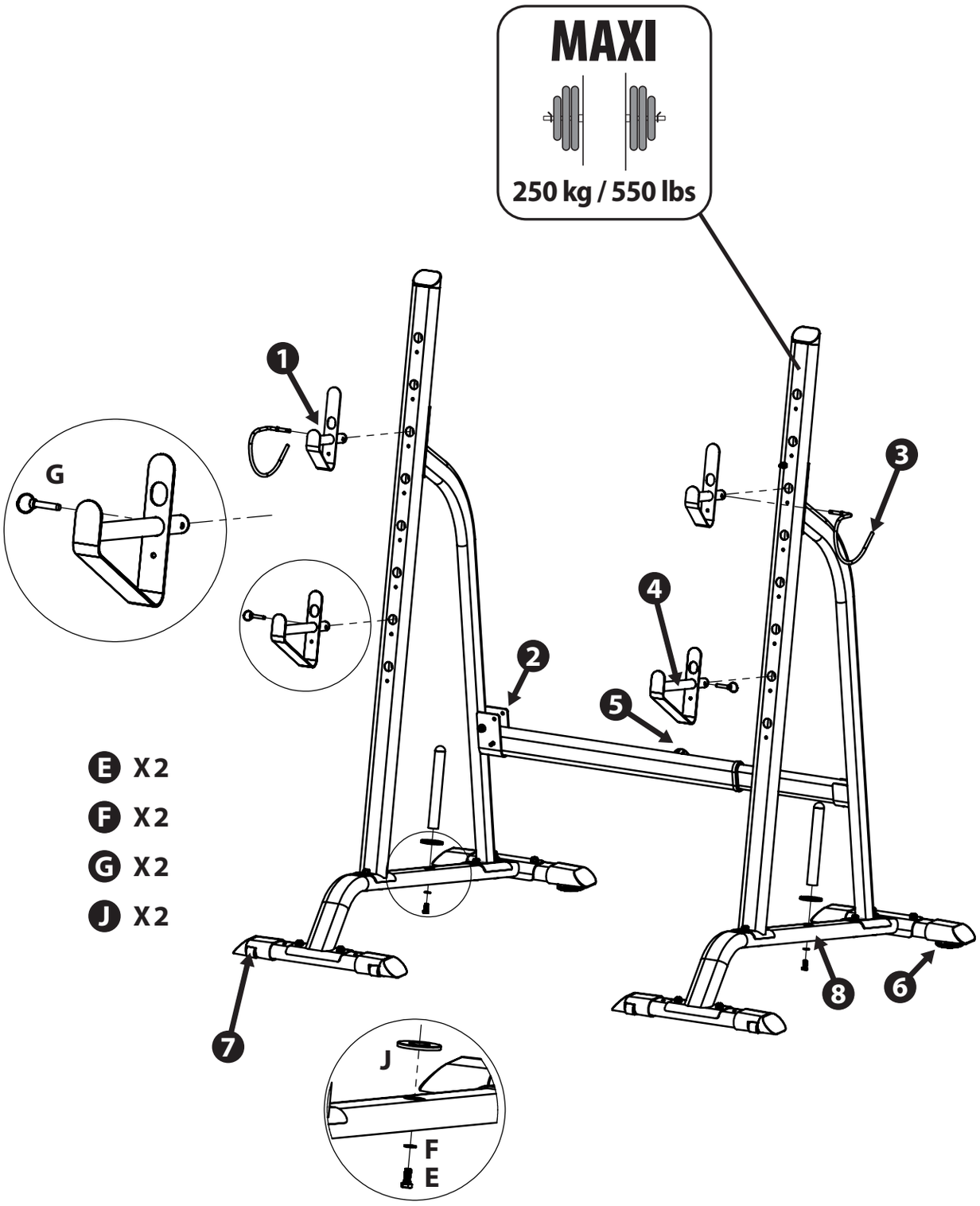
4• Safety stop - Butée de sécurité - Tope de seguridad - Sicherheitsanschlag - Arresto di sicurezza - Veiligheidssteun - Ressalto de segurança - Ogranicznik zabezpieczający - Biztonsági ütköző - Защитный ограничитель - Sistem de siguranţă - Bezpečnostná zarážka - Bezpečnostní opěrka - Säkerhetsstopp - Винтов ограничител - Güvenlik dayanağı - Sigurnosno zaustavljanje - 安全限位块 - 安全限位塊 - 안전고정장치 - دعامة السلامة.

5• Pull and turn mechanism - Mécanisme de réglage de l'écartement (pull and turn) - Mecanismo para regular la extensión - Einstellmechanismus des Abstand (ziehen und drehen) - Meccanismo di regolazione della distanza (pull and turn) Instellingsmechanisme breedte (pull and turn) - Mecanismo de ajuste do desvio (pull and turn) - Mechanizm regulacji rozstawu (pull and turn) - Távolságállító rendszer (pull and turn) - Приспособление для регулировки расстояния вытяжного и поворотного типа - Mecanism de ajustare a distanţei (pull and turn) - Mechanizmus nastavenia rozostupu (pull and turn) - Mechanismus nastavení šířky (táhnout a otočit) - Mekanism för avståndsinställning (drag och vrid) - Механизъм за регулиране на наклона («дръпни и завърти») - Aralık ayar mekanizması («pull and turn») - Mehanizam za podešavanje razmaka (povući i okrenuti) - 可调节间距（拉并转动）- 可調節間距（拉並轉動）- 간격조절부(당겨서 돌리는 방식) - آلية ضبط البعد (اسحب وأدر).

6• Adjustable base - Pied ajustable - Pie ajustable - Einstellbarer Fuß - Piede regolabile - Instelbare poten - Pé ajustável - Nóżka regulowana - Állítható láb - Регулируемая опора - Picior reglabil - Nastaviteľná noha - Nastavitelná noha - Justerbar fot - Регулируеми крака - Ayarlanabilir ayak - Podesivo postolje - 可调节架脚 - 可調節架腳 - 높이조절 받침대 - ساق قابلة للتعديل.

7• Castors - Roulettes de déplacement - Ruedas de desplazamiento - Transportrollen - Rotelle di spostamento - Transportwieltjes - Rodinhas de deslocação - Kółka do przemieszczania - Görgők a mozgatáshoz - Транспортировочные ролики - Rotiţe de deplasare - Premiestňovacie kolieska - Přemísťovací kolečka - Transporthjul - Колела за транспортиране - Hareket makaraları - Kotači za premještanje - 移动滑轮 - 移動滑輪 - 이동용 바퀴 - بكرات النقل.

8• Disk storage - Stockage des disques - Soporte de discos - Aufbewahrung der Scheiben - Porta dischi - Opbergpunt schijven - Armazenamento dos discos- Miejsce na przechowywanie ciężarów - A tárcsák tárolása - Подставка для дисков - Spaţiu pentru depozitarea discurilor - Uskladnenie závažia- Trn pro odkládání kotoučů - Skivförvaring - Поставка за дискове - Disklerin depolanması - Pohrana diskova - 可放置铁饼 - 可放置鐵餅 - 바벨 걸이대 - موضع تخزين الأقراص.



E X2

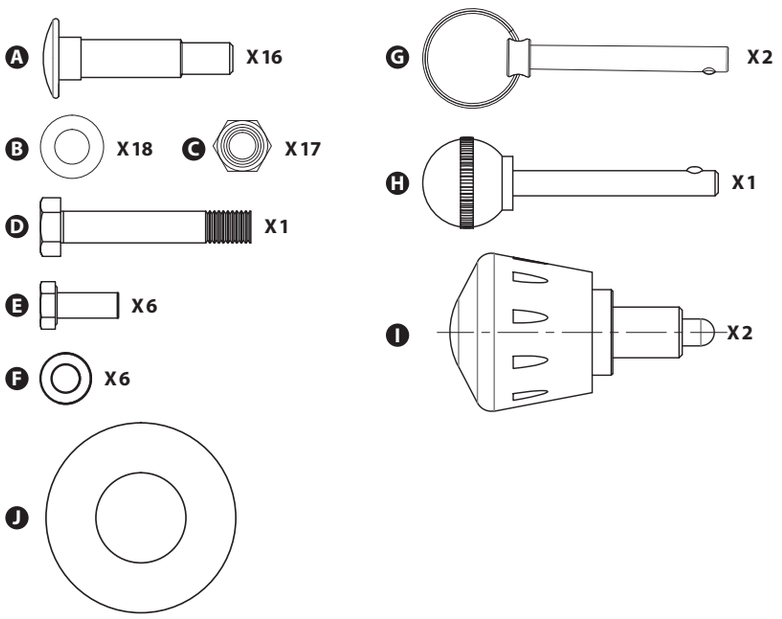
F X2

G X2

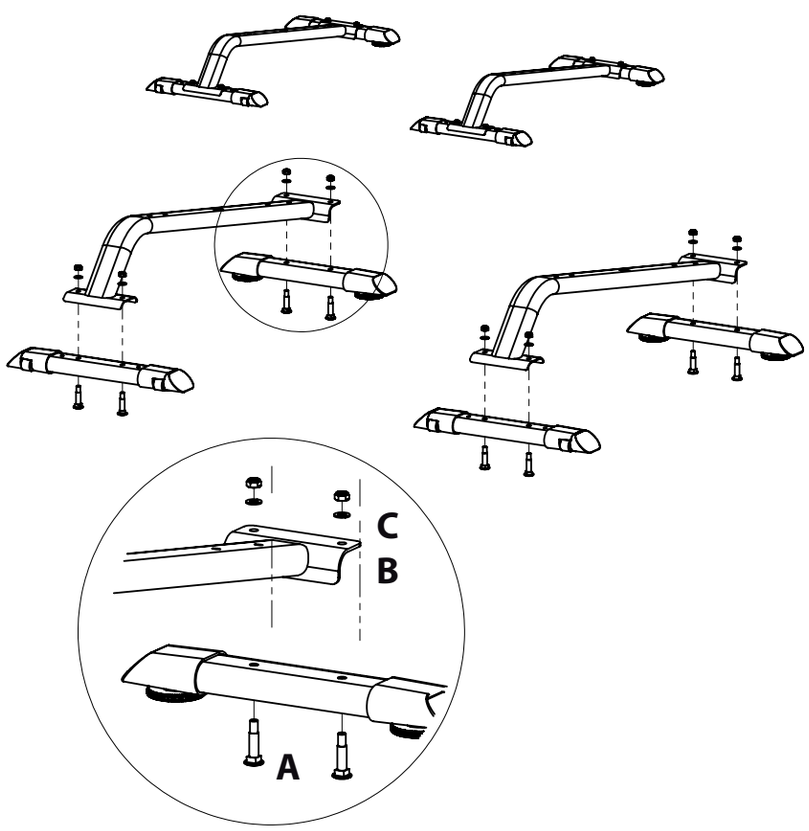
J X2

ASSEMBLY • MONTAGE • MONTAJE • MONTAGE • MONTAGGIO • AFWERKING • MONTAGEM • MONTAŻ • SZERELÉS • СБОРКА • MONTARE • MONTÁŽ • MONTÁŽ • MONTERING • МОНТИРАНЕ • MONTAJ • MONTAŽA • 安装 • 安装 • 조립 • التركيب

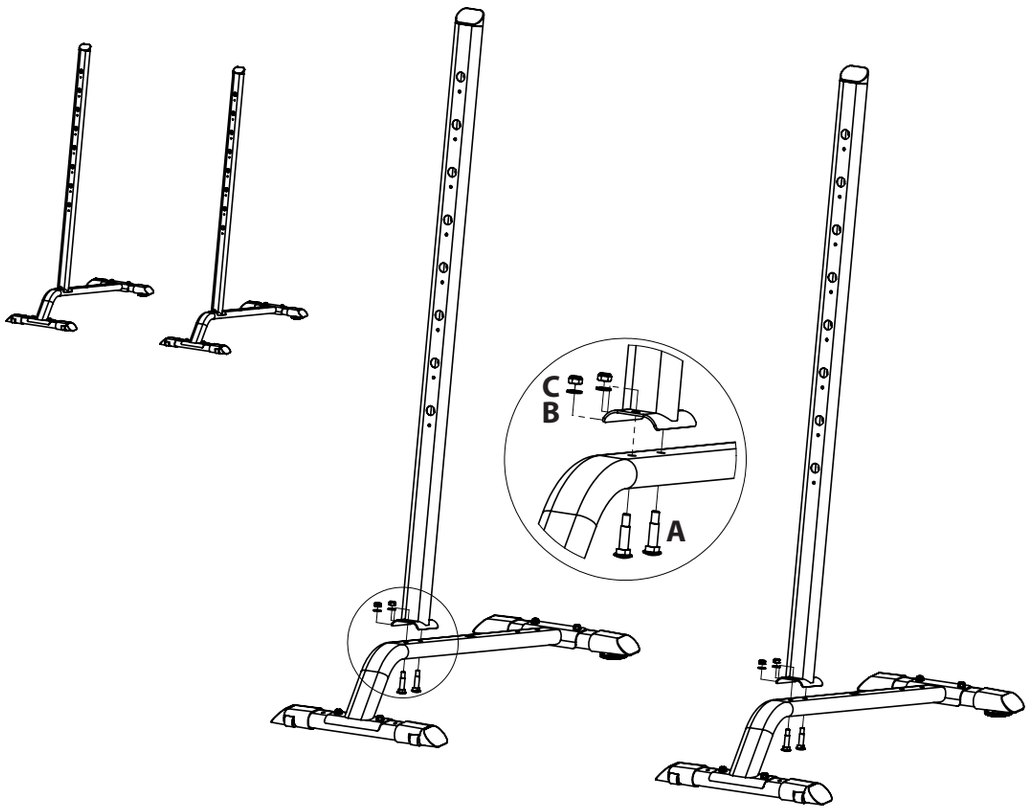
30 min



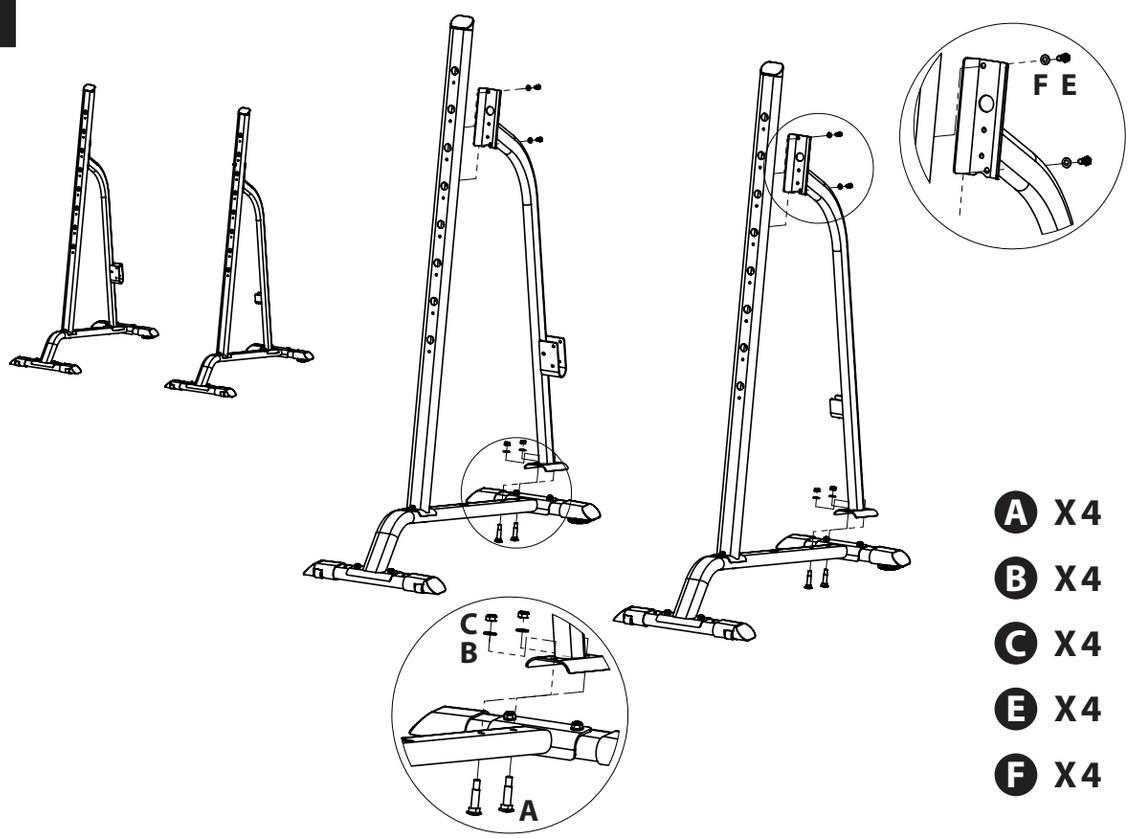
1



2

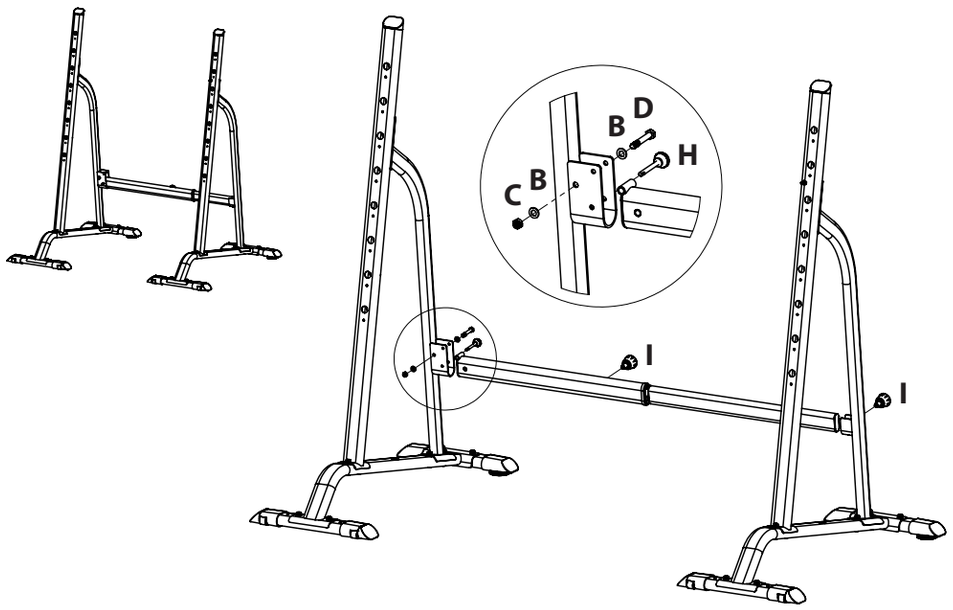


3



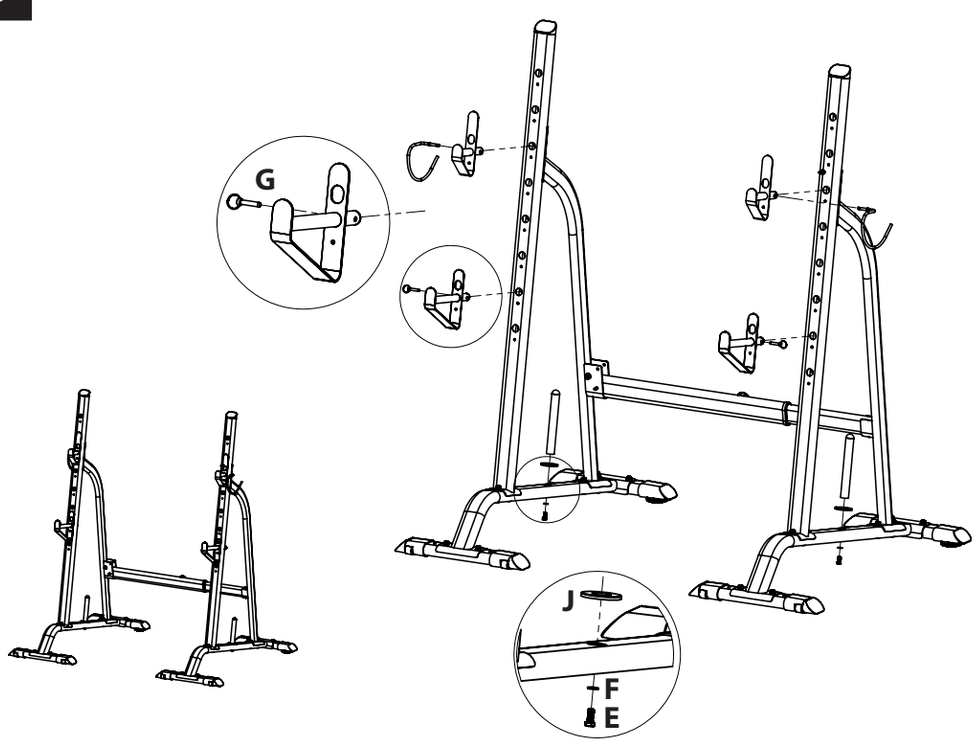
- A X4
- B X4
- C X4
- E X4
- F X4

4



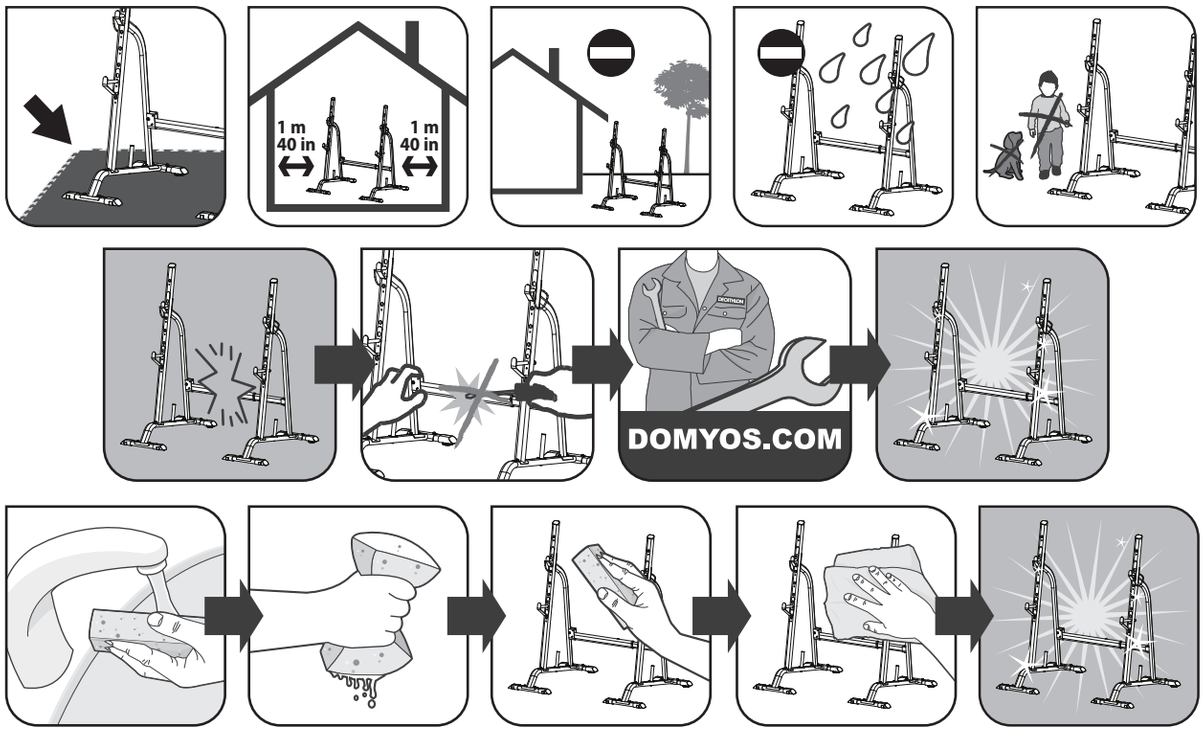
- D X1
- B X2
- C X1
- H X1
- I X2

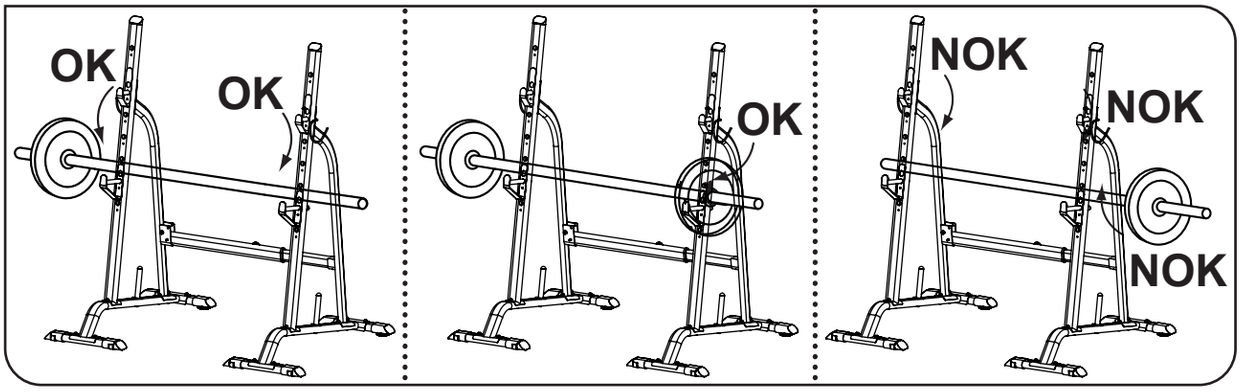
5



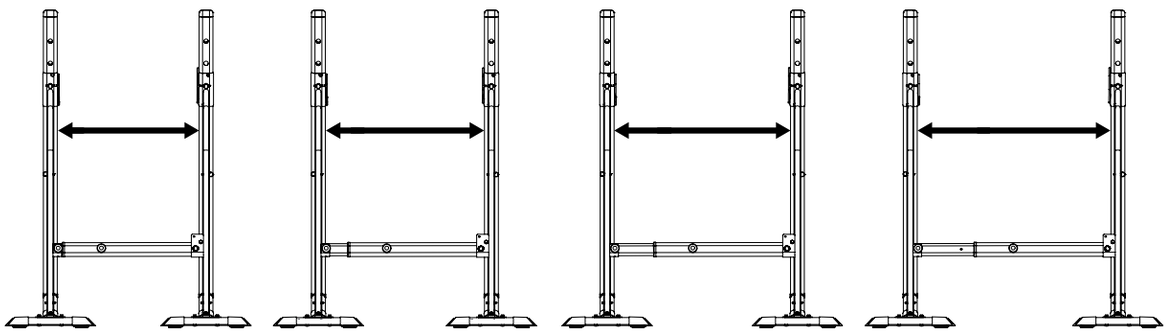
- E X2
- F X2
- G X2
- J X2

SAFETY • SÉCURITÉ • SEGURIDAD • SICHERHEIT • SICUREZZA • VEILIGHEID • SEGURANÇA • BEZPIECZEŃSTWO • BIZTONSÁG • МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ • SIGURANȚĂ • BEZPEČNOSŤ • BEZPEČNOST • SÄKERHETSANVISN INGAR • БЕЗОПАСНСТ • GÜVENLİK • SIGURNOST • 安全 • 安全 • 안전 • احتياطات أمنية



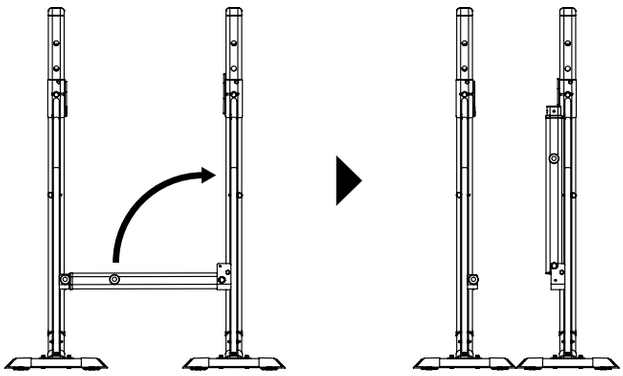


SETTINGS • RÉGLAGES • AJUSTES • EINSTELLUNGEN • REGOLAZIONI • INSTELLINGEN • DEFINIÇÕES • REGULACJE • BEÁLLÍTÁSOK • РЕГУЛИРОВКИ • REGLAJE • NASTAVENIA • NASTAVENÍ • REGLAGE • РЕГУЛИРАНЕ • AYARLAR • PODEŠAVANJE • 调节 • 調節 • 세팅 • الضبط



90 cm / 35.44 in **100 cm / 39.38 in** **110 cm / 43.31 in** **120 cm / 47.25 in**

FOLDING • PLIAGE • PLEGADO • EINKLAPPEN • CHIUSURA • UITKLAPPEN • DOBRAGEM • SKŁADANIE • ÖSSZEHAJTÁS • СКЛАДЫВАНИЕ • PLIERE • SKLADANIE • SKLÁDÁNÍ • HOPFÄLLNING • СГЪВАНЕ • KATLAMA • SKLAPANJE • 折疊 • 折疊 • 접기 • الطي



Gracias por su confianza al haber elegido un producto de la marca DOMYOS.

Tanto si es principiante como deportista profesional, DOMYOS será su aliado para mantenerse en forma o desarrollar su condición física. Nuestros equipos se esfuerzan en todo momento por diseñar los mejores productos. Si aun así tiene alguna observación, sugerencia o duda que plantearnos, le atenderemos en nuestra web DOMYOS.COM, donde también encontrará consejos para realizar ejercicios físicos y asistencia en caso de necesidad.

Esperamos que disfrute con el entrenamiento y que este producto de DOMYOS satisfaga plenamente sus expectativas.

■ PRESENTACIÓN

Este producto es un soporte que permite apoyar la barra durante los ejercicios. Se puede usar para las sentadillas y para los movimientos de press en combinación con un banco plano o reclinable del tipo BA530.

■ PRECAUCIONES DE USO

Léalas atentamente y guárdelas para consultarlas en el futuro.

1. Es responsabilidad del propietario asegurarse de informar a todo usuario del producto sobre las precauciones de empleo.
2. Ante una utilización incorrecta, DOMYOS se exime de toda responsabilidad con respecto a los daños materiales y corporales.
3. Consulte a un médico para comprobar su estado de salud, sobre todo en el caso de las personas mayores de 35 años y las que hayan tenido problemas de salud anteriormente.
4. Si siente vértigo, náuseas, dolor en el pecho o cualquier otro síntoma anómalo, interrumpa inmediatamente el ejercicio y consulte a su médico antes de proseguir con el entrenamiento.
5. Aparato destinado al uso doméstico (categoría H). No apto para el uso profesional o comercial.
6. Para proteger los pies, conviene usar calzado deportivo. Sujétese el pelo. No utilice prendas demasiado holgadas que pudieran molestarle. Quítese todas las joyas.
7. No permita que se rebasen los dispositivos de regulación.
8. El aparato debe colocarse en una superficie estable, plana y horizontal.
9. Antes de utilizarlo, compruebe que el producto esté bloqueado (pasador colocado y atornillado).
10. Se recomienda fijar el producto al suelo con tornillos en los agujeros que se encuentran en las patas delanteras. Consulte a un profesional si no sabe cuáles son los elementos de fijación apropiados según el tipo de suelo.

■ CONSEJOS DE MANTENIMIENTO

Como medida de seguridad, inspeccione el aparato regularmente.

- Compruebe que los elementos de fijación estén bien apretados.
- Inspeccione detenidamente las piezas más susceptibles de desgastarse.
- Reemplace de inmediato las piezas defectuosas.
- Mantenga el aparato fuera de servicio hasta su reparación.

■ CONSEJOS DE UTILIZACIÓN

- Conviene calentar antes de cada sesión.
- Efectúe todos los movimientos de forma regular, sin golpes bruscos.
- Mantenga siempre la espalda recta (sin encorvarla ni hacia dentro ni fuera).
- Si es principiante, empiece por series cortas durante varias semanas. No fuerce demasiado para ir acostumbrando los músculos al esfuerzo.

■ GARANTÍA COMERCIAL

En condiciones normales de uso, este producto cuenta con una garantía de DOMYOS de 5 años para la estructura y de 2 años para las demás piezas y la mano de obra a partir de la fecha de compra que aparece en el recibo.

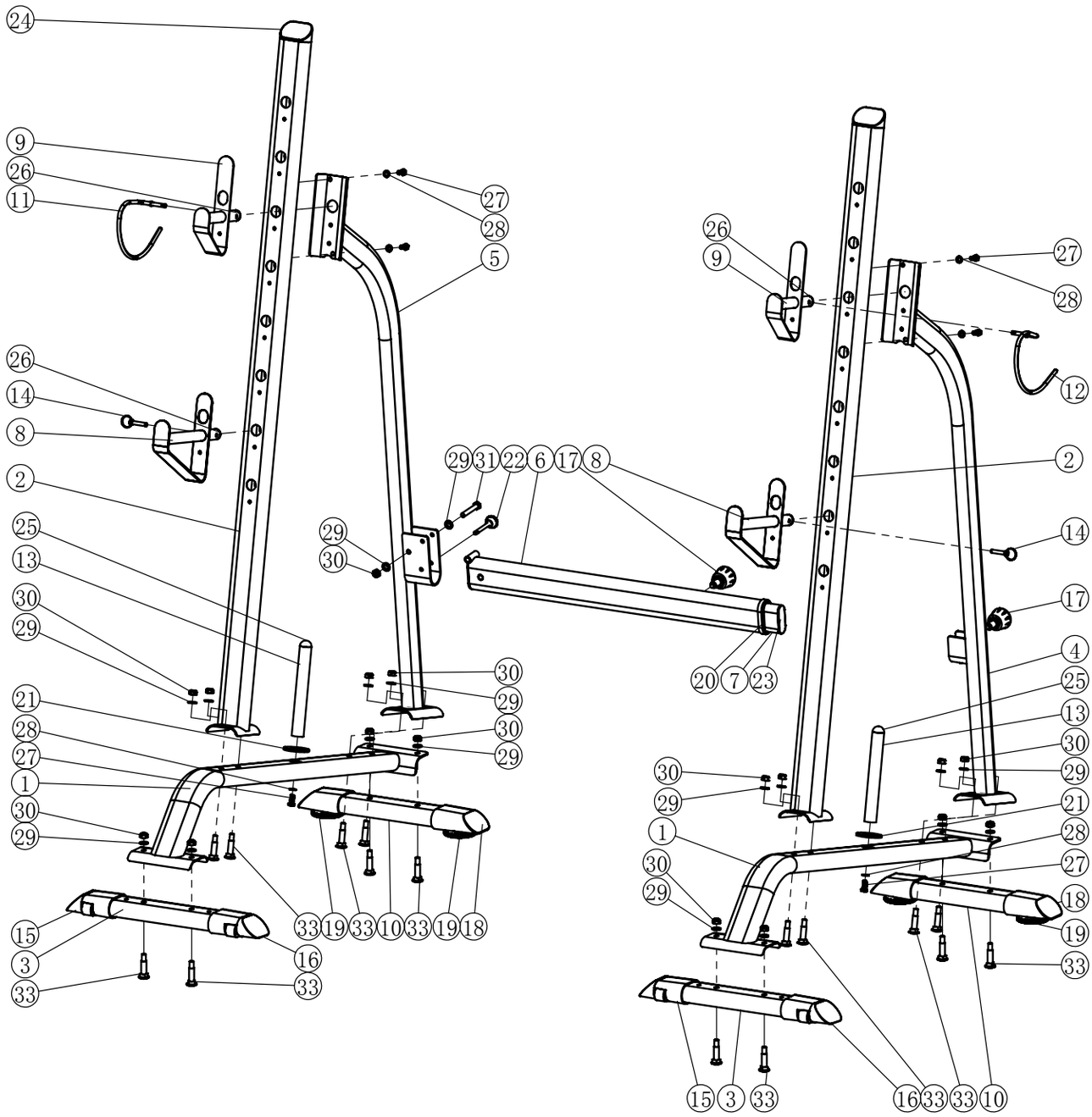
La obligación de DOMYOS en virtud de esta garantía se limita a la sustitución o a la reparación del producto, a discreción de DOMYOS.

Esta garantía no se aplica en los siguientes casos:

- Daños causados durante el transporte
- Utilización y/o almacenamiento en el exterior o en un ambiente húmedo
- Montaje mal realizado
- Mal uso o uso anómalo
- Mantenimiento incorrecto
- Reparaciones efectuadas por técnicos no autorizados por DOMYOS
- Utilización fuera del entorno privado

Esta garantía comercial no excluye la garantía legal vigente en el país donde se adquiera el producto.

Para beneficiarse de la garantía del producto, consulte la última página del manual de instrucciones.


24
9
26
11
27
28
5
26
14
8
2
25
13
30
29
29
30
29
31
22
6
17
8
30
29
30
29
21
28
27
1
30
29
15
3
33
33
19
33
10
33
19
18
16
33
26
9
27
28
12
2
14
17
4
25
13
30
29
20
7
23
30
29
1
30
29
21
28
27
18
19
33
15
3
33
16
33
33
10

AFTER-SALES SERVICE • SERVICE APRÈS-VENTE • SERVICIO POSVENTA • KUNDENDIENST • SERVIZIO ASSISTENZIA POST-VENDITA • AFTERSALESAFDELING • ASSISTÊNCIA PÓS-VENDA • SERWIS PO SPRZEDAŻY • ÜGYFÉLSZOLGÁLAT • СЕРВИСНАЯ СЛУЖБА • SERVICIU POST-VÂNZARE • POPREDAJNÝ SERVIS • POPRODEJNÍ SERVIS • EFTERMARKNAD • СЛЕДПРОДАЖБЕН СЕРВИЗ • SATIŞ SONRASI SERVİSİ • SERVIS NAKONPRODAJE • 售后服务 • 售後服務 • 애프터서비스 • بعد خدمة البيع

FRANCE
Besoin d'assistance ?
Retrouvez-nous sur le site internet www.domyos.com (coût d'une connexion internet) ou contactez le centre de relation clientèle, muni d'un justificatif d'achat, au 0800 71 00 71 (appel gratuit depuis un poste fixe en France métropolitaine).

ESPAÑA
¿Necesita asistencia?
Nos puede encontrar en el sitio web www.domyos.com (coste de conexión de internet) o contacte con el centro de atención al cliente, con el ticket de compra, a 914843981 para ayudarle a abrir un dosier spv (servicio de post venta, llamada gratuita desde un telefono fijo desde España).

ITALIA
Hai bisogno di assistenza?
Ci trovi sul sito www.domyos.com (cost di una connessione internet) o chiama il Servizio Assistenza Clienti, munito dello scontrino fiscale, al 199 122 326 (11,88 cent\euro al min + IVA).

BELGIQUE
Besoin d'assistance ?
Retrouvez le service après vente sur le site internet www.domyos.com (coût d'une connexion internet) qui vous permet d'effectuer une demande d'assistance si besoin.

BELGIË
Bijstand nodig?
U vindt de dienst na verkoop terug op de website www.domyos.com (kost van internetverbinding). Hier kan u een bijstandsaanvraag indienen indien nodig.

中国
你需要帮助吗？
请访问我们的网站 www.domyos.cn 或拨打我们的全国免费客服电话 4009-109-109。温馨提示: 拨打电话前, 请找到您的购物凭证。

OTHER COUNTRIES
Need help?
Find us on our website www.domyos.com (cost of an internet connection) or go to the front desk of one of the stores where you bought the product, with proof of purchase.

AUTRES PAYS
Besoin d'assistance ?
Retrouvez-nous sur le site internet www.domyos.com (coût d'une connexion internet) ou présentez-vous à l'accueil d'un magasin de l'enseigne où vous avez acheté votre produit, muni d'un justificatif d'achat.

OTROS PAÍSES
¿Necesita asistencia?
Nos puede encontrar en el sitio web www.domyos.com (coste de conexión de internet) o preséntese con el justificante de compra en la recepción de la tienda de la marca donde haya comprado el producto.

ANDERE LÄNDER
Brauchen Sie Hilfe?
Besuchen Sie unsere Internet-Site www.domyos.com (Kosten des Internetanschlusses) oder wenden Sie sich an die Empfangsstelle des Geschäfts der Marke, in welchem Sie Ihr Produkt gekauft haben. Legen Sie bitte Ihren Kaufnachweis vor.

ALTRI PAESI
Bisogno di assistenza?
Ci potete trovare sul sito Internet www.domyos.com (costo di una connessione Internet) o potete recarvi all'accoglienza di un negozio del marchio in cui avete comprato il prodotto, muniti di un giustificativo di acquisto.

OVERIGE LANDEN
Nog vragen?
Raadpleeg onze internetsite www.domyos.com (kosten internetverbinding) of ga naar de ontvangstbalie van de winkel waarin u het product heeft gekocht. Neem het aankoopbewijs mee.

OUTROS PAÍSES
Precisa de assistência?
Contacte-nos através do site da Internet www.domyos.com (custo de uma ligação à Internet) ou dirija-se à recepção da loja da marca onde adquiriu o seu produto, com o respectivo comprovativo de compra.

INNE KRAJE
Potrzebujesz pomocy?
Znajdź nas na stronie internetowej www.domyos.com (koszt jednego połączenia internetowego) lub wraz z dowodem zakupu zgłoś się do punktu obsługi sklepu firmowego lub tam, gdzie dokonałeś zakupu produktu.

MÁS ORSZÁGOK
Segítségre van szüksége?
Keressen meg minket internetes honlapunkon www.domyos.com (internetcsatlakozás ára), vagy forduljon személyesen egyik üzletünk vevőszolgálatához, amely üzletben vásárolta a terméket, a vásárlási bizonylattal.

ДРУГИЕ СТРАНЫ
Нужна поддержка?
Обратитесь к нам через наш интернет-сайт www.domyos.com (стоимость подключения к интернету) или подойдите в отдел обслуживания клиентов в магазине той сети, в которой вы купили ваш продукт, с товарным чеком.

ALTE ȚĂRI
Aveți nevoie de asistență?
Ne puteți găsi pe site-ul www.domyos.com (prețul unei conectări la internet) sau vă puteți prezenta la serviciul de relații cu clienții al magazinului firmei de la care ați achiziționat produsul, având asupra dumneavoastră dovada cumpărării.

OSTATNÉ KRAJINY
Potrebujete asistenciu?
Nájdite si nás na internetových stránkach www.domyos.com (cena internetového pripojenia), alebo sa obráťte na oddelenie styku so zákazníkom v obchode, kde ste svôj výrobok zakúpili a popritom nezabudnite predložiť doklad o kúpe.

OSTATNÍ ZEMĚ
Potřebujete pomoc?
Kontaktujte nás na našich internetových stránkách www.domyos.com (cena za internetové připojení) nebo přijďte na recepci jedné z prodejen značky, kde jste koupili váš výrobek, a předložte doklad o nákupu.

ANDRA LÄNDER
Behöver du hjälp?
Hitta oss på hemsidan www.domyos.com (kostnad för internet-anslutning tillkommer) eller gå till kundtjänsten i butiken där du köpte produkten, med ditt inköpsbevis.

ДРУГИ ДЪРЖАВИ
Имате нужда от помощ?
Моля, посетете нашия сайт: www.domyos.com (цената на интернет връзка) или отидете в отдел "Обслужване на клиенти" на магазина, където сте купили продукта, като носите със себе си документ, доказващ направената покупка.

DİĞER ÜLKELER
Yardıma mı ihtiyacınız var?
www.domyos.com internet sitesinden bize ulaşabilirsiniz (bir internet bağlantı ücreti karşılığında) veya bir satın alma kanıtı ile birlikte, ürünü satın aldığınız mağazanın danışma bölümüne başvurabilirsiniz.

OSTALE ZEMLJE
Potrebna vam je pomoć?
Pronađite nas na internetskoj stranici www.domyos.com (po cijeni naknade za korištenje interneta) ili savjet potražite u trgovini u kojoj ste kupili proizvod, uz predočenje računa.

其他国家
需要帮助？
请登陆 www.domyos.com 与我们联系（普通上网费用）或携带购物发票至您购买产品的商店信息咨询处咨询。

其他國家
需要幫助？
請登陸 www.domyos.com 與我們聯繫（普通上網費用）或攜帶購物發票至您購買產品的商店的信息諮詢處諮詢。

기타 국가
도움이 필요하십니까?
홈페이지 www.domyos.com 에 접속하거나(인터넷 접속비 소요) 구매의 증거를 지참하고 제품을 구매하신 저희 매장의 안내 데스크를 찾아주십시오.

دول أخرى
هل تحتاج إلى مساعدة؟
اتصل على عبر موقعنا الإلكتروني www.domyos.com
(تكلفة اتصال بالإنترنت) أو توجه إلى المحل الذي اشتريت منه المنتج والذي يوجد به علامة الشركة، واحرص على تقديم إثبات الشراء.